

P54

قرآن کریم و زایمان بی درد

فریده مصطفی زاده- فیروزه اسدزاده منیر- معصومه رستم نژاد

اعضا هئیت علمی گروه مامایی دانشگاه علوم پزشکی اردبیل

مقدمه و هدف : زایمان یکی از بزرگ ترین حوادث زندگی یک زن باردار و زمان خاصی از نظر جسمانی و احساسی برای مادر و نوزاد است که اگر چه فرآیندی طبیعی به شمار می رود ولی بالقوه خطرناک می باشد. درد زایمان همواره نگرانی زن باردار را فراهم می سازد و گاهی مهم ترین موضوع نگران کننده برای زن و خانواده او بشمار میرود. درد شدید زایمان ، اثرات زیان باری برای مادر و جنین به همراه دارد . که از جمله می توان به افزایش برون ده قلبی ، افزایش فشار خون و تاکی کاردی مادر، کاهش اثر بخشی انقباضات و کندی پیشرفت زایمان ، کاهش جریان خون جفت و محدودیت اکسیژن رسانی به جنین ، اشاره داشت. مطالعات متعددی نشان داده که با کاهش ترس از درد زایمان می توان به کاهش میزان سزارین در بین زنان باردار کمک نمود. تحقیقات نشان داده اند اگر هنگام زایمان به نیاز مادر برای تسکین درد توجه شود حتی اگر سرانجام بارداری خوب نباشد باز هم زنان از سیر زایمان احساس رضایت خواهند کرد لذا تمایل مادران برای انجام زایمان به روش طبیعی افزایش خواهد یافت. روش های غیر دارویی کنترل درد از اجزای مهم مراقبت های مامایی بوده و در بسیاری از زنان انتخاب اول می باشد. شواهد نشان دهنده این است که تمامی روش های غیر دارویی کاهش درد زایمان به طور گسترده موجب رضایتمندی زنان در هنگام زایمان می شود. یکی از روش های غیر دارویی برای کاهش درد موسیقی درمان به شمار می رود. موسیقی می تواند به عنوان یک محرک برای ایجاد پاسخ های فیزیولوژیکی و روانی در شنونده عمل نماید. نتایج مطالعه ای نشان داده که موسیقی درمانی یک مداخله مؤثر و بی خطر بر روی مشکلات بیماران از جمله کاهش استرس ، تحریک پذیری ، کاهش احساس تنهایی، بهبود خلق و تعدیل هیجانات می باشد. یکی از زیباترین، دلنشین ترین، جذاب ترین و

طبیعی ترین موسیقی ها ، موسیقی روح افزاری ناشی از تلاوت قرآن کریم می باشد و یکی از جوامعی که عمیقاً متأثر از ارزش های اسلامی است کشور ایران می باشد و دستور است که قرآن کریم را به صورت زیبا و به بهترین شیوه به ترنم آورید و زینت قرآن را آوای نیکو می دانند. تاثیر شگرف این نعمت الهی در درمان دردها تا جایی است که برخی از کشورها و مجامع دنیا برای درمان بیماری های روحی و جسمی بیماران به دعا و قرآن روی آورده اند. چگونه ای که هم اینک به لحاظ علمی نیز ثابت شده است که شنیدن صوت قرآن کریم ، می تواند تنش های روانی را در انسان کاهش دهد .

یافته ها : بر اساس تحقیقات صورت گرفته در آمریکا ثابت شده، گوش کردن به صوت ترتیل قرآن کریم ، تغییرات فیزیولوژیکی در سیستم عصبی انسان ایجاد می کند و تنش های شدید روحی را کاهش می دهد. تاثیر آرام بخش شنیدن قرآن کریم در افراد عصبی و پرنش به حدی است که ۹۷ درصد این مشکلات کاهش می یابد . جالب تر آنکه این نتایج مثبت در حالی به دست آمده است که بسیاری از این افراد حتی با زبان عربی آشنا نبوده و متوجه مفهوم آیات نمی شدند . در همین راستا ، پایگاه اینترنتی « میدل ایست آن لاین » هم گزارش داد، کسانی که تسلط به زبان عربی ندارند نیز با شنیدن آیات قرآن به آرامش می رسند و این به علت تاثیر فیزیولوژیکی آن بر سیستم عصبی آنهاست. همچنین در یک تحقیق صورت گرفته درباره اثر صوتها بر روی موجودات ، معلوم شده است که اصوات تاثیر مستقیمی بر سلولها و بافتها دارند ، در قرآن درمانی با استفاده از قرآن به افرادی که دارای مشکلات گوناگونی هستند به منظور دستیابی به بهداشت روانی و جسمی ، کمک می شود . قرآن درمانی در درمان افرادی که ناتوانی های مختلفی از جمله عقب ماندگی ذهنی ، تاخیر یافتگی رشدی ، معلولیت جسمی ، بیماری روانی ، ناآرامی های روحی و ... دارند به طور معجزه آسایی موثر است . خواندن قرآن با شیوه قرائت مجلسی می تواند به افراد مبتلا به بیماری آلزایمر کمک کند تا حافظه درازمدتشان را به کار اندازند؛ همچنین همخوانی قرآن با همسالان یا درمانگر می تواند مهارت های میان فردی را افزایش دهد و کارکردهای اجتماعی را بهبود بخشد . از همه مهمتر اینکه افراد احساساتشان را در روشی مطمئن و آرامش بخش بوسیله قرائت ، گوش کردن ، درک مفاهیم و ... قرآن بیان می کند و از تاثیرات شگرف آن بهره مند می شوند.

نتیجه گیری: آوای قرآن کریم بعنوان یک موسیقی عرفانی از بعد اعجاز بیانی بر حالات روحی و روانی انسان تاثیر گذار است. لذا با توجه به نتایج این مقاله می توان از آوای قرآن کریم بعنوان یک روش درمانی غیر دارویی سودمند برای تاثیر درد زایمان و انجام زایمان ایمن استفاده نمود.

واژه های کلیدی: قرآن، درد، زایمان